



SNAP TO READ

STRATEGI MAHASISWA UNTUK MENGHILANGKAN RASA CEMAS KETIKA BERBICARA BAHASA INGGRIS DI KELAS

Deni Asrida

STAIN Batusangkar

deni_asrida81@yahoo.co.id

First received: 08 February 2017

Final proof received: 07 May 2017

Absract:

Speaking anxieties become a big problem for the students in learning english nowadays. This paper discusses about students strategies in overcoming speaking anxieties in front of the class and its causing factors. Based on the finding, it is found that there are some factors caused students speaking anxieties in the class namely students were afraid in making mistakes, they have little confidence in speaking english, they often lose their ideas when speaking in front of the class, they also afraid speaking spontaneously in the class. Meanwhile, it is also found that the students applied some strategies in overcoming speaking anxieties in the class namely the students try to be rilexs during speaking class, make a notes, consider there is no audience seeing his/her performance, practice in front of the mirrror, practice with their classmate.

Keywords: *strategi, kecemasan berbicara*

Dengan berkembangnya zaman, penguasaan lebih dari satu bahasa telah menjadi aspek yang sangat penting. Indonesia adalah merupakan bangsa yang akan memasuki era globalisasi dan *Free Trade Era*. Maka tuntutan untuk menguasai bahasa asing semakin tinggi. Bahasa Inggris sebagai

bahasa dunia telah menjadi bahasa yang wajib untuk dikuasai setiap orang agar dapat mengikuti perkembangan jaman tersebut. Bahasa Inggris tidak hanya digunakan sebagai bahasa pengantar dalam dunia bisnis tetapi juga dalam dunia pendidikan.

Untuk bisa mahir dan menguasai bahasa Inggris, tentu saja bukan merupakan hal yang mudah karena mahasiswa dituntut untuk menguasai empat komponen bahasa yaitu komponen *Speaking, Listening, Reading* dan *writing*. Dari ke empat komponen tersebut kemampuan berbicara dianggap sangat penting karena langsung bisa terlihat dan teraplikasi seketika seseorang berbicara bahasa Inggris.

Hal ini sejalan dengan apa yang dikatakan (Nunan, 2003, h. 48) bahwa kemampuan berbicara atau *speaking* dianggap lebih penting dari *skill* yang lain dikarenakan pada saat proses komunikasi dengan orang lain kita tentu harus memberikan respon pada saat itu juga, dalam *speaking* kita juga tidak dapat untuk mengedit dan memperbaiki apa yang sudah kita ucapkan.

Mengingat pentingnya kemampuan komunikasi dalam bahasa Inggris tersebut, maka Program studi Tadris Bahasa Inggris STAIN Batusangkar membekali mahasiswanya dengan mata kuliah *Speaking* yang dibagi menjadi empat tingkatan yakni *Speaking 1, Speaking 2, Speaking 3* dan *Speaking 4*. Hal ini bertujuan agar mahasiswa bisa berbicara atau berkomunikasi dengan lancar, natural dan sistematis baik itu dalam situasi formal maupun informal. Disamping itu mereka juga dipersiapkan untuk menjadi seorang tenaga pendidik yang handal dan profesional dalam bidangnya yakni dalam ilmu Bahasa Inggris.

Dalam perkuliahan *speaking 2*, mahasiswa dibekali dengan berbagai macam ekspresi bahasa yang bisa mereka gunakan seketika mereka berbicara bahasa Inggris baik itu yang terkait dengan situasi formal maupun informal. Hal ini juga terlihat dari tujuan perkuliahan tersebut yang tertuang dalam silabus mata kuliah *speaking 2* yang menyatakan bahwa target dari mata kuliah tersebut adalah mahasiswa diharapkan mampu untuk berkomunikasi secara spontan, sistematis dan natural dalam kehidupan sehari-hari baik itu

dalam kondisi formal maupun informal.

Dalam rangka untuk merealisasikan target dari mata kuliah tersebut, dosen yang mengajar mata kuliah speaking dua selalu menekankan kepada mahasiswa agar selalu berpartisipasi aktif di lokal seperti bertanya, memberikan pendapat, memberikan saran atau berdialog dengan teman sekelas di depan kelas. Di samping itu, dosen juga selalu menyampaikan bahwasanya setiap kali mereka berpartisipasi di kelas maka akan ada nilai plus yang mereka akan dapatkan sehingga harapannya mereka termotivasi dan tidak perlu khawatir atau takut untuk berbuat salah seketika mereka berbicara bahasa Inggris di kelas.

Berdasarkan fenomena yang ada di lapangan, diketahui bahwasanya masih banyak mahasiswa yang merasa takut dan khawatir dalam berbicara Bahasa Inggris di kelas. Hal ini terlihat dari partisipasi yang ada di kelas yang masih rendah. Hanya orang-orang tertentu saja yang sering berbicara bahasa Inggris di kelas. Akan tetapi, seketika mereka ditunjuk langsung untuk partisipasi dan mengungkapkan ide atau berdialog di depan kelas mereka juga mampu untuk melakukannya dengan baik di kelas.

Dari penjelasan tersebut, penting kiranya untuk mengetahui apa strategi yang digunakan mahasiswa untuk menghilangkan rasa cemas atau takut untuk berbicara bahasa Inggris di kelas sehingga mereka ke depan bisa merasa lebih percaya diri dalam berbicara bahasa Inggris.

Pengertian Strategi Belajar BahasaAsing

Strategi berasal dari kata Yunani *strategia* yang berarti ilmu perang atau panglima perang. Berdasarkan pengertian ini, maka strategi adalah suatu seni merancang operasi di dalam peperangan, seperti cara-cara mengatur posisi atau siasat berperang , angkatan darat atau laut. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia edisi kedua (KBBI, 1989) strategi adalah ilmu dan seni menggunakan semua sumber daya bangsa-bangsa untuk melaksanakan kebijaksanaan tertentu dalam perang dan damai. Yang dapat dianggap berkaitan langsung dengan pengertian strategi dalam pengajaran bahasa ialah strategi merupakan rencana yang cermat mengenai kegiatan

untuk mencapai sasaran khusus. Dalam konteks pengajaran, menurut (Gagne, 1974) strategi adalah kemampuan internal seseorang untuk berpikir, memecahkan masalah, dan mengambil keputusan. Artinya, bahwa proses pembelajaran akan menyebabkan peserta didik berpikir secara unik untuk dapat menganalisis, memecahkan masalah di dalam mengambil keputusan.

Belajar berarti berusaha memperoleh kepandaian atau ilmu (KBBI, 1989). Dalam bahasa sederhana kita belajar dimaknai sebagai menuju kearah yang lebih baik dengan cara sistematis. Brunner mengemukakan proses belajar yang terdiri atas tiga tahapan yaitu tahap informasi, transformasi, dan evaluasi. Teori belajar lain dikemukakan oleh Gagne yang menetapkan proses belajar melalui analisis yang cermat dalam suatu kontribusi pengajaran. (Iskandarwassid, 2011, h. 2)

Sedangkan strategi belajar adalah sifat, tingkah laku yang tidak teramati, atau langkah nyata yang dapat diamati (Huda, 1999). Menurut Brown, strategi belajar berkaitan dengan pemrosesan, penyimpanan, dan pengambilan masukan perolehan bahasa. Pengertian strategi pembelajaran menurut (Bahri & Zein, 1997) yaitu strategi pembelajaran mempunyai pengertian suatu garis-garis besar haluan untuk bertindak dalam usaha mencapai sasaran yang telah ditentukan. Dihubungkan dengan pembelajaran, strategi bisa diartikan sebagai pola-pola umum kegiatan pengajar dan peserta didik dalam mewujudkan kegiatan pembelajaran yang telah digariskan. Ada empat strategi dasar dalam pembelajaran, yaitu mengidentifikasi apa yang diharapkan, memilih system pendekatan, memilih dan menetapkan prosedur, metode, dan teknik pembelajaran, menetapkan norma-norma dan batas minimal keberhasilan. (Iskandarwassid, 2011, h. 8)

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa strategi pembelajaran meliputi kegiatan atau pemakaian teknik yang dilakukan oleh pengajar mulai dari perencanaan, pelaksanaan kegiatan sampai ke tahap evaluasi, serta program tindak lanjut yang berlangsung dalam situasi edukatif untuk mencapai tujuan tertentu, yaitu pengajaran. (Iskandarwassid, 2011, h. 9)

Apabila semua uraian di atas dihubungkan dengan pengajaran bahasa Inggris, maka strategi pembelajaran bahasa Inggris adalah pola ketrampilan pembelajaran yang dipilih dosen atau mahasiswa untuk melaksanakan program pembelajaran ketrampilan berbahasa Inggris.

Kecemasan Berbicara Bahasa Inggris

Language anxiety merupakan rasa cemas yang timbul ketika seseorang belajar bahasa Inggris. Menurut (Arnold & Brown, 1999), kecemasan merupakan faktor utama yang bisa menghambat proses belajar. Kecemasan itu sendiri merupakan perasaan subjektif terhadap ketegangan (*tension*), *state of apprehension*, *nervousness* dan *worry* yang diasosiasikan dengan terangsangnya system syaraf autonom yang disebabkan oleh ketakutan yang tidak jelas yang secara tidak langsung berhubungan dengan *object*.

(Atkinson, 1996, h. 212) mendefinisikan kecemasan sebagai emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan kekhawatiran pada tingkat yang berbeda-beda pada setiap orang. Sedangkan menurut (Hurlock, 1997, 62) kecemasan itu adalah situasi efektif yang dirasa tidak menyenangkan yang diikuti oleh sensi fisik yang memperingatkan seseorang akan bahaya yang mengancam.

Dalam kamus istilah psikologi, chaplin mendefinisikan kecemasan sebagai perasaan campuran berisi ketakutan dan keprihatinan mengenai rasa-rasa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut. Kecemasan sebagai manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur, yang ketika orang sedang mengalami tekanan perasaan (frustasi) dan pertentangan batin (konflik). Ada beberapa jenis rasa cemas akibat mengetahui ada bahaya yang mengancam dirinya, rasa cemas berupa penyakit yang dapat mempengaruhi keseluruhan diri pribadi. Selanjutnya rasa cemas karena perasaan berdosa atau bersalah.

Kecemasan adalah reaksi normal terhadap kebutuhan yang tak terpenuhi dan stres seperti penolakan (pertama dari orang tua dan kemudian dari diri sendiri dan kemudian orang lain). Kecemasan juga dapat dilihat sebagai suatu mekanisme pelindung yang membuat seseorang tetap aman

dari situasi yang perlindungan yang membuat seseorang tetap aman dari situasi yang diyakinkan mengancam. Selanjutnya, kecemasan merupakan reaksi terhadap adanya ancaman, hambatan terhadap keinginan pribadi, atau merupakan perasaan tertekan karena adanya rasa kekecewaan, rasa tidak puas, rasa tidak aman, atau sikap permusuhan dengan orang lain.

Faktor Penyebab Kecemasan Berbicara Bahasa Inggris

(Olii, 2010, h. 31) menjelaskan penyebab timbulnya kecemasan berbicara di depan umum, yaitu: 1) Tidak tahu apa yang harus dilakukan, 2) Tidak tahu bagaimana memulai pembicaraan, 3) Tidak dapat memperkirakan apa yang diharapkan pendengar, dan 4) Tidak siap untuk berbicara.

Selanjutnya dia mengemukakan penyebab timbulnya kecemasan berbicara di depan umum, yaitu sebagai berikut: 1) Tidak mengetahui tentang apa yang akan dikatakan atau disampaikan di depan umum, 2) Takut mendengar komentar audiens, 3) Takut ditertawakan, dan 4) Takut membuat kesalahan.

Kecemasan dapat timbul dari situasi apapun yang bersifat mengancam keberadaan individu situasi yang menekan dan menghambat yang terjadi berulang-ulang akan mengakibatkan reaksi yang mengecewakan. Situasi yang mengecewakan itu mencakup masalah materi, keluarga dan kejiwaan. Kecemasan bisa timbul karena adanya:

Threat (ancaman)

Baik ancaman terhadap tubuh, jiwa dan psikisnya, (seperti kehilangan arti kemerdekaan dan kehidupan) maupun ancaman terhadap eksistensinya (seperti kehilangan hak). Jadi ancaman ini dapat disebabkan oleh sesuatu yang betul-betul realitas, atau yang tidak realitas.

Conflict (pertentangan)

Timbul adanya dua keinginan yang keadaanya saling bertolak belakang. Hampir setiap konflik melibatkan dua alternatif atau lebih yang masing-masing mempunyai sifat *approach* dan *avoidance*.

Fear (ketakutan)

Kecemasan sering kali muncul karena ketakutan akan sesuatu, ketakutan akan kegagalannya bisa menimbulkan kecemasan dalam menghadapi ujian atau berbicara di depan kelas.

METODE

Metode Penelitian

Adapun metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif kualitatif. Metode penelitian deskriptif kualitatif ini merupakan suatu pendekatan atau suatu prosedur yang menghasilkan data-data yang bersifat deskriptif dalam bentuk kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati. Jadi yang peneliti maksud dalam penelitian ini adalah menggambarkan masalah yang terjadi di lapangan sesuai dengan fakta-fakta yang diperoleh mengenai “Strategi mahasiswa untuk menghilangkan rasa cemas seketika berbicara bahasa Inggris di kelas”.

Informan Penelitian

Menurut (Gay, 2000, h. 139), *informant is chosen based on whom they judge to be thoughtful and who have information, perspectives, and experience related to the topic of the reseach. Research should fulfill some criteria of informant.* Disamping itu, (Moleong, 2006, h. 132) mengatakan bahwa informan penelitian adalah seseorang yang bisa memberikan informasi terhadap suatu kondisi didalam suatu penelitian.

Berdasarkan teori-teori tersebut maka informan dalam penelitian adalah mahasiswa semester dua yang mengambil mata kuliah *speaking* dua program studi Tadris Bahasa Inggris STAIN Batusangkar. Informan dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan teknis purposive random sampling.

Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan menggunakan beberapa tahapan seperti yang yang diungkapkan oleh (Huberman, 1994, h. 10) bahwasanya dalam

penelitian kualitatif ada beberapa langkah dalam menganalisis data yakni

Reduksi Data

Setelah data diperoleh, maka langkah selanjutnya yang peneliti lakukan yaitu melakukan reduksi data dengan membuang data yang tidak berkaitan dengan penelitian, membuat transkripsi data, melakukan pengkodean terhadap informan penelitian, mengelompokkan dan menarik kesimpulan dari data yang diperoleh.

Penyajian Data

Setelah proses reduksi data, maka langkah selanjutnya yang peneliti lakukan adalah menyajikan data hasil penelitian dengan mengelompokkannya sedemikian rupa berdasarkan permasalahan yang dibahas yaitu strategi yang digunakan oleh mahasiswa untuk menghilangkan rasa cemas dalam berbicara bahasa Inggris di kelas.

Menarik Kesimpulan Dan Verifikasi Data

Tahap akhir dalam menganalisis data, peneliti melakukan proses penarikan kesimpulan dan kemudian melakukan proses verifikasi terhadap permasalahan yang dibahas.

HASIL PENELITIAN

Setelah melakukan analisis data, peneliti kemudian mengelompokkan hasil penelitian berdasarkan data yang diperoleh di lapangan. Untuk menjaga kerahasiaan informan penelitian, peneliti melakukan *coding* atau memberikan kode terhadap informan tersebut sebagai berikut: informan 01, 02, 03, 04, 05, 06 sampai dengan informan 040.

Berdasarkan hasil analisis data, ditemukan tujuh strategi yang diterapkan oleh mahasiswa dalam menghilangkan rasa cemas dalam berbicara bahasa Inggris di kelas dan empat faktor penyebabnya.

Strategi yang Digunakan Oleh Mahasiswa dalam Menghilangkan Rasa Cemas dalam Berbicara Bahasa Inggris di Kelas.

Mencoba Menenangkan Diri atau Rileks Sebelum Berbicara di Depan Kelas

Berdasarkan data yang diperoleh diketahui bahwasanya beberapa mahasiswa menerapkan strategi ini untuk bisa mengurangi rasa cemas dalam berbicara bahasa Inggris di kelas. Hal ini bisa terlihat dari data yang diperoleh dari informan 02, 06, 12, 20, 21, 22, 24, 25, 28, 33.

02 : *dalam mengurangi rasa cemas saya biasanya saya bernafas pelan-pelan sampai merasa nyaman dan kemudian menggerakkan jari tangan.*

[in order to reduce the anxiety, I usually take a deep breath and then move my fingers.]

Kemudian respon yang sama juga disampaikan oleh informan 06, 12, 20, 21, 22, 24, 25, 28 dan 33.

06 : *sya dalam menghilangkan rasa cemas biasanya dilakukan dengan cara menggerakkan tangan agar lebih rileks.*

[I usually move my fingers to minimize speaking anxiety]

12 : Dalam menghilangkan rasa cemas saya berusaha untuk serileks mungkin di kelas speaking.

[I try to make myself as comfortable as possible in the classroom]

20,21 : saya akan menarik nafas dalam-dalam sebelum berbicara bahasa Inggris di kelas.

[I try to take a deep breath before speaking]

31 : untuk menghilangkan rasa cemas, saya akan berlatih berbicara di depan cermin sebelum tampil.

[I try to speak with my reflection on the mirorr before speaking]

Membuat Catatan Kecil Sebelum Berbicara di depan Kelas

Berdasarkan data yang diperoleh, diperoleh informasi dari beberapa informan penelitian bahwasanya dalam menghilangkan rasa cemas dalam berbicara bahasa Inggris di kelas mereka menggunakan strategi membuat catatan kecil sebelum mereka disuruh untuk tampil kedepan kelas. Hal ini bisa terlihat dari apa yang disampaikan oleh informan 03,08,10,14,15,16,32

dan 40.

Informan 03: untuk menghilangkan rasa cemas itu saya biasanya membuat catatan dibuku sehingga saya mudah untuk menghafalnya.

[to eliminate the speaking anxiety, I usually make a note in my book so that I am easy to memorize it.]

Informan 08: saya biasanya menyiapkan konsep dulu sebelum berbicara di depan kelas.

[I usually prepare myself with notes before speaking in the classroom.]

Kemudian informan selanjutnya juga mengemukakan hal yang sama tentang strategi yang mereka gunakan yaitu menyiapkan catatan mengenai apa yang akan mereka sampaikan seperti terlihat dibawah ini.

Inf.10,14,15,32,40 : saya membuat catatan-catatan kecil dan juga mencatat kata-kata sulit sebelum saya tampil berbicara di depan kelas.

[I make notes and memorize every difficult words before speaking in the classroom]

Berusaha Menganggap Tidak Ada yang Melihat Dirinya Berbicara di Depan Kelas

Dari data yang diperoleh, diketahui bahwa mahasiswa Tadris bahasa Inggris juga menerapkan strategi ini dalam berbicara bahasa Inggris di kelas. Hal ini juga bisa terlihat dari data yang diperoleh dari informan penelitian sebagai berikut:

Inf.04,06,12,13,17,35,36: *sewaktu saya tampil berbicara bahasa Inggris di kelas, saya menganggap orang lain tidak ada di kelas kecuali saya, dan saya waktu tampil tidak menatap mata teman-teman saya*

[when I talk in the class, I regard that there is nobody else in the class room except me and I try not to look at my friend's eyes.]

Berlatih di Depan Cermin

Strategi selanjutnya yang digunakan oleh mahasiswa adalah berusaha berlatih di depan cermin sebelum mereka tampil. Dengan berlatih di depan cermin maka mereka akan merasa pede dan bisa mennghilangkan rasa cemas dalam berbicara bahasa Inggris di kelas. Informan 07,11,31 mengatakan

bahwa:

Informan 07 : saya berlatih di depan cermin dirumah sebelum tampil di kelas

[I practice myself in the mirror at home before presentation]

Inf. 11,31 : untuk menghilangkan rasa cemas, takut dan grogi saya biasanya berlatih dirumah di depan cermin.

[I practice myself at home in front of a mirror before presentation]

Berlatih Berbicara Dengan Teman Sekelas

Dari data yang diperoleh, ditemukan bahwasanya mahasiswa program studi Tadris Bahasa Inggris juga melakukan hal ini dalam menghilangkan rasa cemas, takut ataupun grogi dalam berbicara bahasa Inggris di kelas. Peneliti melakukan wawancara pada tanggal 10 september 2015 di ruang dosen. Hasil wawancara terlihat pada petikan dibawah ini:

Inf. 11,23,26 : yang saya lakukan adalah saya banyak berlatih dengan teman sekelas.

[what I do a lot of practicing with my classmate]

Inf.37, 39 : untuk menghilangkan rasa cemas tersebut di kelas, saya biasanya selalu berlatih dengan teman sekelas dalam bahasa Inggris.

[to overcome speaking anxiety, I usually practice with my friends by using English.]

Dari data yang didapatkan tersebut jelas terlihat bahwasanya mahasiswa program studi Tadris Bahasa Inggris menerapkan cara-cara atau strategi tersebut untuk menghilangkan rasa cemas, grogi, gelisah dan takut dalam berbicara bahasa Inggris di kelas. Cara-cara tersebut mungkin belum sepenuhnya dapat membantu mereka dalam menghilangkan perasaan cemas tersebut tapi paling tidak hal tersebut bisa membantu mereka dan mahasiswa yang lain untuk menghilangkan rasa cemas tersebut dalam berbicara bahasa Inggris di kelas.

Faktor Penyebab Kecemasan Berbicara Bahasa Inggris di kelas

Takut salah dalam berbicara bahasa Inggris

Dari data yang diperoleh, terlihat bahwa mahasiswa program studi bahasa Inggris merasa cemas berbicara bahasa Inggris di kelas disebabkan

karena mereka merasa takut salah dalam berbicara bahasa Inggris di kelas. Hal ini terlihat dari petikan wawancara terhadap informan 01,03,08,09,10,12,13,16,20,21,23,24,28,30,32,35,36.

Inf. : faktor yang membuat saya merasa cemas berbicara di depan kelas adalah karena saya merasa takut salah dalam berbicara bahasa Inggris di kelas.

[afraid of making mistakes is one of the factors which makes me afraid of speaking in the class.]

Kurang percaya diri berbicara bahasa Inggris di kelas.

Faktor yang lain yang menyebabkan kecemasan dalam berbicara bahasa Inggris di kelas adalah disebabkan karena mahasiswa kurang merasa percaya diri dalam berbahasa Inggris di kelas. Hal ini diutarakan oleh informan 01,02,04,07,12,13,14,15,21,23,24,26,28,30,32,36.

Inf. Saya merasa kurang percaya diri dalam berbicara bahasa Inggris di kelas karena saya takut tata bahasanya salah dan penguasaan kosa kata saya juga kurang.

[I feel not really confident speaking in the class because I am afraid I have grammatical mistakes during speaking, beside lack of vocabulary.]

Kehilangan ide saat berbicara bahasa Inggris

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada tanggal 10 september 2015 yang bertempat di ruang dosen lantai 3 gedung L maka ditemukan jawaban dari responden 06,15,32 dan 33. Berikut petikan wawancaranya:

Inf. 06,15,32,33: yang menyebabkan saya grogi berbicara bahasa Inggris di kelas yaitu ketika saya kehilangan ide saat berbicara bahasa Inggris.

[I feel anxious, worry when I lose my ideas in speaking English.]

Takut berbicara secara spontan di kelas

Dari hasil wawancara yang dilakukan maka ditemukan bahwa mahasiswa merasa takut untuk berbicara secara spontan di kelas. Hal ini barangkali disebabkan karena mereka tidak atau kurang mempunyai persiapan untuk tampil di depan kelas.

Inf. 06,22,25,26,34: Saya merasa gelisah takut atau cemas berbicara bahasa Inggris di kelas ketika saya ditunjuk secara spontan untuk berbicara di depan kelas.

[I feel afraid, worry in speaking English especially when I have to talk spontaneously in the class.]

Dari data tersebut diketahui bahwa informan 06,22,25,26,34 mengatakan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan mereka merasa cemas, grogi dan takut dalam berbicara bahasa Inggris di kelas adalah seketika mereka harus tampil secara spontan di kelas.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai strategi mahasiswa untuk menghilangkan rasa cemas dalam berbicara bahasa Inggris di kelas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa menerapkan beberapa strategi untuk menghilangkan rasa cemas dalam berbicara bahasa Inggris di kelas yaitu (1) mencoba untuk menenangkan diri ketika berbicara bahasa Inggris di kelas (2) membuat catatan kecil ketika berbicara bahasa Inggris di kelas (3) berusaha menganggap tidak ada yang melihat ketika dia berbicara di depan kelas. (4) berusaha melatih diri di depan cermin sebelum berbicara bahasa Inggris di kelas (5) berlatih berbicara dengan teman sekelas.

Selanjutnya juga juga ditemukan faktor penyebab kecemasan berbicara bahasa Inggris di kelas yaitu (1) mahasiswa takut salah berbicara bahasa Inggris di kelas (2) mahasiswa kurang mempunyai rasa percaya diri untuk berbicara bahasa Inggris di kelas (3) mahasiswa kehilangan ide berbicara bahasa Inggris di kelas (4) mahasiswa takut berbicara secara spontan di kelas.

REFERENSI

- Atkinson. 1996. *Pengantar Psikologi, Terjemahan Kusuma W*, Jakarta: Erlangga
- Gay.L.R and Peter Airasian. 2000. Educational research: competencies for analysis and application. Unites states of America: Merrill Publishing Company
- Helena, Olii. 2010. *Public Speaking*, Jakarta: Indeks
- Hurlock.1997. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Jakarta: Erlangga: 1997
- Lexy J. Molleong. 2006. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.
- Miles, Matthew B. and A. Michael Huberman. 1994. *Qualitative Data Analysis* (Second Edition). California: Sage Publication
- Syaiful Bahri Jamarah dan Aswan Zein, 1997. *Strategi Belajar Mengajar*, Jakarta : Rineka Cipta.
- Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Wassid, Iskandar.2011. *Strategi pembelajaran bahasa*.Bandung:PT Remaja Rosdakary